INDICAÇÃO Nº 106/2022

INDICA AO EXCELENTÍSSIMO PREFEITO DE PARAUAPEBAS, DARCI JOSÉ LERMEN, **QUE IMPLANTE UMA PRAÇA APROPRIADA PARA A PRÁTICA DE CALISTENIA COMO FORMA DE INCENTIVAR A POPULAÇÃO A REALIZAR ATIVIDADE FÍSICA AO AR LIVRE.**

AUTORA: ELIENE SOARES

Após cumprido o rito regimental, seja a cópia desta Indicação encaminhada ao Chefe do Poder Executivo, bem como aos gabinetes das secretarias de Obras (Semob), Esporte e Lazer (Semel) e Governo (Segov), para as providências cabíveis.

JUSTIFICATIVA

A calistenia é um método de treinamento que usa o peso do próprio corpo para fazer exercícios. Pode ser realizada ao ar livre e dispensa aparelhos modernos e caros. Situações de saúde como diabetes, colesterol alto e hipertensão podem ser minimizadas com uma rotina de calistenia. Sim: para quem tem vergonha ou pouca intimidade com os equipamentos de academia, a calistenia pode ser uma mão na roda, literalmente.

A prática cresceu nos últimos dois anos. Durante a pandemia, com o fechamento das academias, as pessoas buscaram uma forma de treinar, e por isso a calistenia está tão em evidência atualmente. Além da vantagem de poder ser feita ao ar livre, entre as poucas exigências dos praticantes está uma estrutura mínima para estágios mais avançados, como barras de ferro, paralelas e tapetes de borracha para minimizar o impacto de eventuais quedas.

Não há estatísticas sobre os adeptos da modalidade em Parauapebas, mesmo porque as pessoas mais abastadas optam por fazê-la em casa. Ainda assim, os praticantes locais estão na casa dos milhares e defendem: a calistenia é para qualquer um, não importa idade, peso, altura, gênero ou condição social. A pessoa começa a treinar, fortalece com a base e, assim, começa a se entreter e evoluir. Depois acaba se apaixonando.

No Brasil, Minas Gerais e São Paulo são as grandes referências em calistenia, mas há praças para esse tipo de esporte espalhadas pelo Brasil inteiro. Em Betim, na Grande Belo Horizonte, uma indicação apresentada em 2018 por um parlamentar da cidade deu origem a uma praça com equipamentos de calistenia que atraem diariamente centenas de esportistas ávidos por saúde e qualidade de vida.

Com base nessas experiências exitosas, **indico ao Governo Municipal que implante uma praça de calistenia em nosso município a fim de incentivar a população a realizar atividade física, que é um bem incomensurável para manter a forma e a saúde**. A medida

aqui proposta é exequível porque temos um orçamento que suporta a iniciativa: são R$ 5 milhões 292 mil previstos para esporte comunitário e R$ 1 milhão 903 mil para recreação e lazer, sem contar os R$ 5 milhões 700 mil para construção de praças.

Peço aos nobres colegas vereadores que me deem apoio nesta Indicação, que, quando executada, tem potencial de melhorar a qualidade de vida de muitos de nossos cidadãos que estão nas estatísticas do sedentarismo e vulneráveis a doenças modernas simplesmente pela ausência de exercícios regulares.

É o que tenho a indicar.

Câmara Municipal de Parauapebas, 4 de abril de 2022.

ASSINADO DIGITALMENTE
ELIENE SOARES DE SOUSA
A conformidade com a assinatura pode ser verificada em:
http://serpro.gov.br/assinador-digital
SERPRO

Eliene Soares Sousa da Silva
Vereadora (MDB)